競 技 規 則

社団法人日本トライアスロン連合定款第４条第５号の規定に基づき競技規則を制定する。

第１章　総則

（目的）

第１条　この規則はトライアスロン、デュアスロン、アクアスロン、ウインター・トライアスロン及びこれらの関連複合競技（以下、これらを総称して「トライアスロン等」という。）における競技の実施に関する事項及び競技者の権利・義務に関する事項について規定することによって、公平かつ安全に実施するための競技環境を整えるとともに、誰もがトライアスロンをはじめとするスポーツを謳歌することができるようにすることを目的とする。

（競技規則の基本的理念）

第２条　競技者は一人の社会人である。従って、この規則のほかに、道路交通法などの国内法規、各所轄機関並びに団体の規則、道徳及びマナーを理解し、遵守するとともに第２章に掲げる競技者規範の精神を尊重するものである。

２　トライアスロンをはじめとするスポーツの普及・振興や大会の発展を促し、よりよい競技環境づくりのために、自由闊達な意見交換を行うものとする。

（定義）

第３条　この規則に関する規定の解釈については、他に定めがある場合を除くほか、次の定義に従うものとする。

（１）　「トライアスロン」とは、スイム（水泳）、バイク（自転車）、ラン（ランニング）の順に行う複合競技（一人の競技者が連続して異なる種目の競技を行う競技をいい、「マルチスポーツ」と同義語とする。以下同じ。）をいう。

（２）　「デュアスロン」とは、第１ラン、バイク、第２ランの順に行う複合競技をいう。

（３）　「アクアスロン」とはスイム、ラン又は第１ラン、スイム、第２ランの順に行う複合競技をいう。

（４）　「ウインター・トライアスロン」とは、ラン、マウンテンバイク、クロスカントリースキーの順に行う複合競技をいう。

（５）　「関連複合競技」とは、トライアスロンの競技形態を基本に、種目、距離又は競技用具を変更して行う複合競技であり、以下のとおりとする。

ａ）　インドア・トライアスロン　室内特設コースにおいて行うトライアスロン

ｂ）　特殊インドア・トライアスロン　プール、エルゴメーター、トレッドミルで行うトライアスロンの模擬競技

ｃ）　カヌー・トライアスロン　カヌー、バイク、ランの順に行う複合競技

ｄ）　マウンテンバイク・トライアスロン　クロスカントリーコースを使用したトライアスロン

ｅ）　リレー・トライアスロン　スイム、バイク、ランをそれぞれの競技ごとに異なる競技者が行いリレーを行う競技

ｆ）　トライアスロン駅伝　複数の競技者でチームを組み、それぞれの競技者がトライアスロンを行って次の競技者に受け継ぎ、総所要時間を競う競技

ｇ）　その他関連複合競技　ａからｆに掲げる関連複合競技のほか、トライアスロンの競技形態を基本に、種目、距離又は競技用具を変更して行う複合競技

（６）　「大会」とは、トライアスロン等の競技会をいう。

（７）　「大会スタッフ」とは、大会役員、運営スタッフ、審判員、ボランティアなど大会にかかわるスタッフの総称をいう。

（８）　「大会期間」とは、会場における選手受付開始の日など大会公式行事が始まる日から始まって大会終了の日又はアワードパーティーなど大会公式行事が終了する日までの期間をいう。

（９）　「大会規程」とは、大会の開催、出場資格、その他大会出場に関する諸条件の規定をいう。

(10)　「公式大会」とはＪＴＵ又は加盟団体が主催又は共催する大会をいう。

(11)　「ＩＴＵ主催大会」とは、世界選手権、ワールドカップ、その他国際トライアスロン連合（以下「ＩＴＵ」という。）イベント大会をいう。

(12)　「コース」とは競技を行うために海、湖沼、河川、プール、道路及び公園などの施設に設置された場所をいう。

２　前項第１号から第５号に定める複合競技は、競技形態や競技を行う際の環境などの条件により、種目変更のためのインターバルを設けることができる。

（規則の適用）

第４条　この規則は、国内で開催される大会において適用される。

２　練習中など大会期間以外であっても、この規則の規定を尊重し、守るものとする。

（国際競技団体との関係）

第５条　この規則は、ＩＴＵ競技規則（Competition Rules）に準拠し、制定される。

２　ＩＴＵ競技規則の改定があったときは、これを準用する。

（規則の補足）

第６条　大会固有の環境又は条件を補足するため、必要に応じ、この規則を基準とした「ローカルルール」を策定することができる。

２　ローカルルールは、大会前に競技者へ通知されるものとする。

３　この規則及びローカルルールに規定されていない事案が生じた場合は、トライアスロ

ン等に関連する競技団体の規則を準用する。

第２章　競技者規範

（基本精神）

第７条　競技者は、次の各号に掲げる基本精神を尊重する。

（１）　公正なスポーツ精神とフェアプレイの精神により競技を行うこと。

（２）　日ごろの鍛錬により競技力の向上と体力の増進をめざすこと。

（３）　競技者一人一人がこの規則を守り、違反を行ってしまったときは自ら申告する精神を培うこと。

（４）　スポーツ活動を通じて社会人としての健全な精神の育成をめざすこと。

（５）　勝利を至上とすることなく、主義主張を越えて理解しあい、友好を結ぶこと。

（６）　トライアスロン等のスポーツとしての品格と社会認識を高めること。

（協力と理解）

第８条　競技者は、トライアスロンをはじめとするスポーツの総合的な発展のために、次の各号に掲げる事項について理解し、協力することが求められる。

（１）　競技者の保護と育成を目的とする競技団体の活動

（２）　性別、年齢を問わず、生涯にわたってスポーツを謳歌できるようにするための環境づくり

（安全管理）

第９条　競技者は、競技上の安全を確保するため、次の各号に掲げる事項を守るものとする。

（１）　自らの安全に責任をもち、競技を行うこと。

（２）　他の競技者の安全にも配慮すること。

（３）　自らの競技能力、体調、経験及び周辺状況や環境に応じ、的確な判断をもって競技すること。

（４）　危険を回避するため、他の競技者との安全を保つ「競技スペース」を守って競技すること。

（大会期間中の言動）

第１０条　競技者は、大会期間中、次の各号に掲げる事項を守るものとする。

（１）　社会人として責任ある言動に心がけること。

（２）　身だしなみを整え、大会公式行事には節度ある態度で臨むこと。

（３）　道路交通法などの国内法規を守ること。

（４）　大会会場付近の住民の方への感謝の気持ちを持つこと。

（交通ルールの遵守）

第１１条　競技者は、練習中又は大会会場への移動中であっても、道路交通法をはじめと

する交通ルールを守り、特にバイクに乗車するときは次の各号に掲げる事項を守るものとする。

（１）　ヘルメットをかぶること。
（２）　キープレフト（道路の左端を走ること）を守ること。
（３）　前方注意を怠らないこと。
（４）　併走を行わないこと。
（５）　安全な車間距離を保つこと。
（６）　信号を守ること。
（７）　危険な右折を行わないこと。
（８）　歩行者を優先すること。
（９）　他の車両に注意すること。

第３章　競技者

（ドーピング）

第１２条　ドーピング行為は禁止する。

２　禁止物質、禁止方法及び検査方法などアンチ・ドーピングに関する規定は、ＩＴＵアンチ・ドーピング規則（ITU Anti-Doping Rules）及び世界アンチ・ドーピング機構（ＷＡＤＡ）の定める世界アンチ・ドーピング規定（The World Anti-Doping Code）による。

〔参考〕
ITU ホームページ　http://www.triathlon.org/
WADA ホームページ　http://www.wada-ama.org/
財団法人日本アンチ･ドーピング機構　ホームページ　http://www.anti-doping.or.jp/

（大会出場資格）

第１３条　大会に出場するときは、大会規程の出場資格を満たさなければならない。

２　ＪＴＵ公式大会に出場する場合は､加盟団体を通じて登録をしならなければならない。

３　外国籍の競技者は、所属国の競技団体より登録選手資格と出場許可証明書を得てＪＴＵに提出することによりＪＴＵ公式大会に出場できる｡ただし日本に６ヶ月以上居住し、居住地の加盟団体を通じて登録を行っている場合は、これらの書類の提出を要さない。

（国外の大会への出場）

第１４条　国外で開催される大会に日本を代表して出場する場合は、所属する加盟団体を通じてＪＴＵから資格証明書の発行を受けることとする。

２　日本を代表しないで国外で開催される大会に出場する場合であっても、大会主催者より大会に出場する資格証明を求められたときは前項に準ずる。

３　前２項の資格証明書は、大会が開催される国の競技団体によって承認された大会のみ発行される。

（未成年者の大会出場）

第１５条　大会当日に満２０歳未満の競技者は、保護者による大会出場の承認を必要とする。

（大会出場資格の譲渡の禁止）

第１６条　大会出場資格を他の競技者に譲渡することは禁止する。同様に、他の競技者から譲渡された出場資格で大会に出場することも禁止する。

（承諾書の提出）

第１７条　大会規程に定めがある場合は、大会出場に対する承諾書又は誓約書を提出しなければならない。

２　前項の承諾書には提出する日の日付を付すものとし、かつ、競技者本人による署名又は捺印を必要とする。

３　大会当日に満２０歳未満の競技者は、前項の署名のほか、保護者による署名又は捺印を必要とする。

（身分証明書の提示）

第１８条　大会出場にあたっては、写真付きの身分証明書を提示するものとする。

（大会保険）

第１９条　競技者は、大会主催者がかけている保険の内容を十分理解し、了承した上で大会に出場するものとする。

２　大会主催者がかけている保険以外については、競技者本人が対応するものとする。

（応援活動）

第２０条　競技者は、その競技者個人に対する応援者が、この規則に反する応援又は支援を行わないよう配慮しなければならない。

２　ＪＴＵ公式大会においては、競技者の応援旗、スポンサー表示旗又はこれに類するものを使用する場合、事前に大会主催者の承認を受けるものとする。

３　ＪＴＵ公式大会以外の大会であっても、競技者の応援旗、スポンサー表示旗又はこれに類するものの使用は、大会スポンサーに配慮しなければならない。

第４章　大会

（名称使用制限）

第２１条　ＪＴＵ公式大会又は加盟団体の公式大会以外の大会で「選手権」、「ジャパンカップ」、「オールジャパン」、「全日本」又はこれに類する名称を使用してはならない。ただし、ＪＴＵ設立以前より継続的に開催されている大会については当面の間使用を認める。

（競技部門の設定）

第２２条　大会規程により、年齢に応じた競技部門を男女平等に設けるものとする。

２　選手権大会の部門は、男女別のエリート部門と男女別年代別のエイジグループ別選手権部門とする。

３　前項のエイジグループ選手権部門は大会当日の年齢を基準とし、5歳ごとに区分する。

４　選手権大会以外の大会であっても、前３項の規定に準じ、エリート部門とエイジグループ部門を設けることが望ましい。

５　前項のエイジグループ部門は、参加者の人数に応じて区分を統合することができる。

６　ジュニア部門の区分は男女別に次の表のとおりとする。

区分	対象
ジュニア（小学生低学年部門）	大会当日において小学校１年生から３年生の者
ジュニア（小学生高学年部門）	大会当日において小学校４年生から６年生の者
ジュニア（中学生部門）	大会当日において中学生の者
ジュニア（高校生部門）	大会当日において高等学校、高等学校に順ずる学校又は高等専門学校の第１学年から第３学年に在籍し、かつ、大会が開催される年度（毎年４月１日に始まり３月３１日に終わる）に満１６歳から満１８歳となる者
ITU ジュニア部門	大会が開催される年の１２月３１日現在の年齢が、満１６歳以上１９歳以下（中学生を除く。）の者

７　アンダー２３部門（Ｕ２３部門）は、大会が開催される年の１２月３１日現在の年齢が１８歳以上２３歳以下の者によるものとする。

（表彰）

第２３条　表彰及び賞品の授与は男女平等に行わなければならない。

２　エリート部門及びエイジグループ部門それぞれの区分ごとに上位３名にメダル、トロフィー又は盾を与え栄誉を称えるものとする。ただし小学生及び中学生の部門ついては学年ごと、高校生の部門については大会が開催される年度に迎える満年齢ごとに表彰するものとする。

３　団体競技は上位３チームを表彰するものとする。

４　トライアスロンの発展に関し特に顕著な貢献が認められた競技者には特別表彰を行うものとする。

第５章　競技共通事項

（コース等の把握）

第２４条　競技者は、コース及び競技環境を事前に把握し、かつ、自らの責務でコースを確認し、競技を行うものとする。

（コース離脱と復帰）

第２５条　コースを離脱したときは、離脱した地点に戻って競技を再開しなければならない。

（逆走・停滞の禁止）

第２６条　正当な理由がある場合を除くほか、コースの逆走及びコース上で停滞をしてはならない。

（指示・注意）

第２７条　競技者は、大会スタッフ及び警察官の指示に従い、自ら安全を確認しながら競技を行わなければならない。

２　大会スタッフは、次の各号に掲げる事項について競技者に対して注意を与えることができる。

（１）　ルール違反が起こることが予想されるときであって、違反をする前に改善を求めるとき。

（２）　安全確保のため競技者に指示を与える必要があるとき。

（３）　著しく軽微なマナー違反やモラル欠如に対して改善を求める必要があるとき。

３　競技者は、注意が与えられたときは速やかに大会スタッフの指示に従わなければならない。

（個人的援助等の禁止）

第２８条　特定の競技者を優位に立たせるための援助、助力及び支援（以下これらを総称して「援助等」という。）を受けること及び与えることを禁止する。

２　応援者又はコーチが特定の競技者と伴走又は追走することは援助等とみなす。

３　応援者又はコーチが、拡声器を使って特定の競技者に対し応援、指示又は他の競技者との時間差を伝えることは援助等とみなす。

４　第８章第３節に定めるドラフティング大会を除き、競技者が意図的に他競技者のペースメーカーとなることは援助等を与え、又は受けたものとみなす。

５　大会主催者の提供するエイドステーション又はメディカルテントなどにおける必要最低限の支援は援助等とみなさない。

６　アクシデントなどの緊急時における救護や安全確保の協力は援助等とみなさない。

（交通ルールの遵守と安全確保）

第２９条　競技者は、競技中であっても道路交通法をはじめとする交通ルールを守り、次の各号に掲げる事項について注意して安全を確保しながら競技を行わなければならない。

（１）　交通規制の状況を理解し、これに応じて競技を行うこと。

（２）　バイク及びランではキープレフトを保ち、車両に注意して競技を行うこと。

（３）　観客や通行人のコース横断に注意して競技を行うこと。

（４）　緊急車両の通過があるときは、左端に寄って徐行又は停止して進路を譲ること。

（５）　交通規制されている場合を除き交通標識を守ること。ただし、別に指示がある場合はこれによる。

（優先進路）

第３０条　競技者は、他の競技者の優先進路（競技を実施するにあたり想定される進路をいう。以下同じ。）を速やかに判断し、競技のスムーズな流れを確保するよう努めなければならない。

２　他の競技者の優先進路を妨害する行為（以下「ブロッキング」という。）をしてはならない。

（時間の厳守）

第３１条　大会規程による選手受付、競技説明会、ボディナンバーの記入、スタート地点への集合、その他公式催事（以下「大会プログラム」という。）は決められた時間を守らなければならない。

２　大会プログラムに出席できない場合又は遅れて出席する場合は、あらかじめ書面で申請し、書面により許可を得なければならない。ただし、緊急な事由により書面で申請できない場合は、電話等で大会本部に連絡し、正当と判断され、かつ、運営上の対応が可能なときに限り、あらかじめ書面で申請することを免除される。

３　競技のスタート時間を遅れて大会に出場することはできない。

（レースウェア）

第３２条　競技の際に着用するレースウェアは、機能性、安全性に優れ、競技にふさわしいものを使用するものとする。

２　仮装すること及び公序良俗に反するレースウェアは使用してはならない。ただし、大会規程により仮装を認める場合は、競技に著しい支障をきたすもの及び公序良俗に反するものを除き仮装することができる。

３　スイムではスイムウェアを着用するものとする。

４　バイク及びランでは上半身及び下半身ともレースウェアをしっかりと着用しなければならない。レースウェアがまくれ上がった状態で競技をすることはできない。

（レースウェアへの表示）

第３３条　ウェアへの文字及びロゴの表示は、別にこの規則又は大会規程に規定がある場合を除き表示できる。ただし、レースナンバーを容易に確認できなくなるようなものであってはならない。

（ＩＴＵワールドカップにおけるユニフォーム）

第３４条　ＩＴＵワールドカップにおけるユニフォームの規定は次の各号によるものとする。

（１）　正面に表記できるスポンサー名、ユニフォームのメーカー名、商品名又はそれらのロゴ（以下これらを総称し「ロゴ等」という）は合計３つ以下とする。

（２）　１ピースの形状のものを使用するものとする。ただし、トップとボトムの隙間が１０ｃｍ以下のものであれば２ピース形状のユニフォームを使用することができる。
（３）　ジッパーは背面にあるものとする。ただし、前面にジッパーがあるものであっても、競技中常に閉じられていることを条件に使用することができる。
（４）　主催者より支給される縦５ｃｍ、横５ｃｍの大きさのＩＴＵロゴマークのアイロンプリントを右肩部分に表記しなければならない。ただし、このアイロンプリントが支給されない場合はこの限りでない。
（５）　前面に競技者の国名の略号（カントリーコード）を高さ６ｃｍ以上の Arial 体で明瞭に見えるように表記しなければならない。
（６）　前面に競技者の姓を高さ５ｃｍ以上の大きさで明瞭に表記しなければならない。
（７）　第一スポンサーのロゴ等をカントリーコード及び競技者の姓の下に高さ７センチ以下、幅無制限の大きさで表記できる。
（８）　任意のスポンサーのロゴ等を前面下部、左肩及び背面に面積２０ｃｍ^{2}以下、かつ、高さ４ｃｍ以下の大きさでそれぞれ一つ表記できる。
（９）　任意のスポンサーのロゴ等をユニフォームの両側面に幅５ｃｍ以下、ユニフォームの最上部から最下部まで（２ピース形状のウェアの場合、トップ及びボトムの双方）の大きさで表記できる。
（１０）背面下部に競技者の姓を高さ５ｃｍ以上の Arial 体で明瞭に表記しなければならない。

２　前条に規定するカントリーコード、姓及びロゴ等の位置及については、下図によるものとする。

（ＩＴＵワールドカップにおけるウェットスーツ）

第３５条　ＩＴＵワールドカップにおけるウェットスーツの規定は、別に定めるもののほか、次の各号によるものとする。
（１）　事前にＩＴＵに許可を得たモデルであること。
（２）　正面及び背面に表記できるロゴ等は、それぞれ面積８０ｃｍ^{2}以内であることとする。
（３）　前号の規定はウェットスーツの外側及び内側とも適用される。
（４）　ウェットスーツのロゴ等以外は表記してはならない。
（５）　複数のロゴ等を組み合わせて表記する場合、その面積の合計８０ｃｍ^{2}を超えてはならない。
（６）　側面にロゴ等を表記する場合においてその面積は、正面又は背面に表記できるロゴ等の面積８０ｃｍ^{2}以内に加算されるものとする。

（ＩＴＵ世界選手権におけるユニフォームへの表示）

第３６条　ＩＴＵ世界選手権エリート部門、Ｕ２３部門、ジュニア部門におけるウェットスーツ及びユニフォームへの表記は､第３４条及び第３５条の規定を適用する｡ただし、スペースＡには競技者の国名を表記するものとする。国名の言語、スペル及び略称等は国内競技団体（ＮＦ）の定めによる。

２　エイジグループ部門では、胸部上面に他のスポンサーのロゴ等より３倍以上の大きさの国名を表記するものとする。国名が不明瞭にならなければロゴ等の数及び大きさは制限されない。

（日本選手権等におけるユニフォームへの表示）

第３７条　日本選手権及び世界若しくはアジア選手権選考大会におけるウェットスーツ及びユニフォームへの表記は、第３４条及び第３５条の規定を準用する。

（ウェットスーツ着用禁止大会におけるユニフォーム着用）

第３８条　ＩＴＵワールドカップ並びに世界選手権、日本選手権及びアジア選手権選考大会において、ウェットスーツの着用が禁止で大会が開催される場合は、常に一番外側に第３４条から第３７に規定するユニフォームを着用して競技を行わなければならない。

２　前項に掲げるユニフォームの他にウェアを着用する場合は、前項に掲げるユニフォームの下に着用するものとし、かつ、競技が終了するまで脱いではならない。

（レースナンバー）

第３９条　レースナンバーは指定位置に正しく取り付けるものとする。

２　大会規程に指定位置の指示がない場合は、バイク競技においては背面に、ラン競技においては正面に、バイク及びランで共通のレースウェアを使用する場合は前後に取り付けるものとする。

３　レースナンバーの変造（小さく切ったり、穴を開けたり、折り曲げたり、書き込みを加えたりすること｡）は禁止する。

４　レースナンバーの取付けは、四隅を確実に留めるものとする。安全ピンを使用するほか、外周をしっかりと縫い付けることを推奨する。

５　レースナンバーは、競技中、常に全面が見えるようにしなければならない。

６　ナンバーベルトは、前項を満たすことを条件に使用できる。ただし、ベルトが腰より極端に下がらないよう留意しなければならない。

７　ナンバーベルトを使用する場合、1 枚のレースナンバーをバイクのときには背面に、ランのときは正面に回して使用することができる。ただし、大会規程により別に指示がある場合はこれによる。

（レースナンバー取付けに関する特例）

第４０条　大会規程において第３４条第１０号の規定に準じ競技者の姓をプリントしてい

る場合に限り、バイク競技においてレースナンバーのレースウェアへの着用を省略することができる。

（ボディマーキング）

第４１条　大会規程による指示に従ってボディマーキングを受けることとする。

２　指定されたナンバー以外を身体に書き込むことは禁止する。

３　大会で指定又は許可されたシール・表示類を身体に貼り付けることは禁止する。

（競技用具の安全管理）

第４２条　競技用具は、製作メーカーの取扱方法を守って使用するものとする。

２　競技用具の整備は、競技者自らの責任で行い、常に整備された状態で使用するものとする。

３　競技中の転倒などで競技用具に損傷を受けたときは、競技者自ら適切な処置を行うものとする。ただし、処置を行った場合であっても、危険が予測されるときは競技を中止しなければならない。

（使用禁止用具）

第４３条　次に掲げる用具の使用は禁止する。

（１）　危険を生じさせるおそれがある用具（ガラス製品、ヘッドフォン等）及び装飾品

（２）　無線機、携帯電話、ナビゲーター等の通信機器。ただし、大会規程において緊急時の携帯電話の使用が認められている場合に限り、道路交通法などの交通法規を守ることを条件に緊急時の使用できる。

（使用条件付き競技用具）

第４４条　ワセリン、オイル類、保湿クリーム及び日焼け止めなどは、無色のものに限り使用できる。ただし、ボディマーキングを受ける前に使用してはならない。

２　スプレー類は、他の競技者に影響を与えないように使用するものとし、競技中に使用する場合は、周囲の競技者に影響を与えないよう競技を一旦停止するなどの配慮をして使用しなければならない。

３　ウォーターバッグは、レースナンバーが隠れないように使用しなければならない。

４　ベルトタイプの冷却材は、頭部と首にそれぞれ１個を使用できる。ただし、見苦しくないこと及びフィニッシュの手前で取り外すことを条件に複数個使用することができる。

５　サングラスは、雨天時又はトンネル内での視力低下を防ぐこと及び競技者の識別のため、透明度の高いスポーツサングラスを推奨する。

（新技術を用いた競技用具）

第４５条　新技術又は革新的な技術を用いた競技用具は、事前に許可を受けなければ大会で使用することはできない。

（競技用具の検査）

第４６条　大会規程に定めがある場合は、指定された競技用具の検査を受けなければならない。ただし、この検査は、この規則に適合しているかどうかを検査するものであり、競技用具の安全性を保障するものではない。

２　前項の検査を受けた後に、競技用具の変更及び改造することはできない。ただし、変更又は変更予定のある競技用具も同時に検査を受けた場合は変更できる。

３　大会当日、競技用具の故障又は天候の急変により検査を受けた競技用具が使用できない場合は、審判長の許可を受けて変更することができる。

４　大会規程により指定のあった検査のほか、大会スタッフより指示があったときは、事前検査の有無を問わずいつでも検査に応じなければならない。

（貸与品）

第４７条　タイミングベルト（計測器具）などの貸与品は指示に従って使用し、競技終了後は返却しなければならない。

（記録される時間）

第４８条　トライアスロン等の記録として計測される時間は、スタートから総合フィニッシュまでに要した時間でとし、トランジションエリアにおいて次の種目に移行する時間も含まれる。ただし、大会規程により種目変更のためのインターバルが設けられる場合は計測される時間に含まれない。

（競技の一時停止）

第４９条　競技者は、危険回避、体調保全又は競技用具の整備のために、競技を一時的に停止することができる。この場合において、一時停止している時間は競技時間に加算される。

（競技の中止・棄権）

第５０条　大会スタッフは、競技者が過度の疲労、競技力不足又は事故等により競技の続行に支障があると判断したときは､競技者に対し､競技の中止を指示することができる。

２　大会スタッフに競技の中止を指示されたときは、これに従わなければならない。

３　競技者は、競技続行に不安があると感じたときは、自らの意思で競技を途中棄権するものとする。

４　競技の中止又は途中棄権したときは、大会本部にその旨申告しなければならない。この場合の申告方法は、大会規程又は大会スタッフの指示による。

（制限時間）

第５１条　制限時間内に各種目のフィニッシュライン又は指定箇所（関門）を通過できなかった場合は、競技を中止しなければならない。ただし、運営上の問題がないと判断された場合に限り競技の続行が許可されることがある。

２　制限時間内に完走できなかった場合は、公式記録に記載されない。ただし、未完走（又

はＤＮＦ）として順位を除いた記録を掲載されることがある。
３　制限時間内に完走できなかった場合であっても、運営上の問題なく総合フィニッシュしたときは、公式順位を除いた完走記録証が発行されることがある。

（エイドステーションでの補給）
第５２条　エイドステーション付近では、適度な速度を保ち、周囲に十分注意して補給を受けるものとする。
２　補給を受けるときは次の各号に掲げる方式による。
（１）　受取方式　　大会スタッフより補給物を直接受け取る方式。手を上げるか口頭で受け取ることを合図して受け取る。この場合において、大会スタッフは止まって補給物を渡すことを基本とする。
（２）　取上げ方式　テーブルに置かれた補給物を競技者自ら取り上げる方式
（３）　ピット方式　ピットにエイドステーションが設けられる方式。この場合において、競技者は一旦停止して補給を受けるものとする。

第６章　スイム（水泳）

（スイムコース）
第５３条　スイム競技は、海、湖沼、河川又はプールなどに設定されたコースで実施する。
２　スイムの距離は泳ぐ距離を基準とし、スタート、周回コースにおいて一旦陸上に上がる部分及びスイムフィニッシュ前後の走る距離を含まない。
３　スイム競技で計測される競技時間は、スタートからスイムフィニッシュのラインまでに要した時間とする。

（競技方法）
第５４条　スイムは、状況に応じた最良の泳法により競技することができる。
２　プールでのスイムは、状況により水底に足を付けてもよい。ただし、歩き、又は水底を蹴りながら推進してはならない。

（小休止）
第５５条　危険回避や体調保全のため、競技を一時停止して小休止をとることができる。
２　小休止は、ブイ、コースロープ、フロート類及び停止中のボートにつかまってとることができる。ただし、これらを利用して推進することを禁止する。

（緊急時の心得と合図）
第５６条　スイム競技では、直ちに救助することが困難であることを心得て競技に臨まなければならない。そのため、緊急時に備えて余力を残して競技し、自ら安全を保てるよう心がけなければならない。
２　救助を求めるときは、図３のように、**競技を停止し、片手を頭の上で振り、声を出して救助を求める**。

＜図３＞

３　一度救助された競技者は、競技を再開することはできない。

（禁止行為）

第５７条　スイム競技では、次に掲げる行為を禁止する。

（１）　不正スタート（フォールス・スタート）

（２）　スタートエリア外からのスタート

（３）　ブイ又はコースロープなどによって示されたコースの内側をショートカットして泳ぐこと。

（４）　コースロープなどでコースが区切られている場合は、このコース外を泳ぐこと。

（５）　危険行為（肘又は脚によるブロッキング、蹴足によるヒッティングなど）

（着用義務用品）

第５８条　スイム競技では、支給されたスイムキャップ及び指定用品を着用しなければならない。

２　スイムキャップを２枚使用しようとするときは、支給されたスイムキャップを外側に着用しなければならない。

（使用禁止用品）

第５９条　スイム競技では、次に掲げる用品の使用を禁止する。

（１）　足ヒレ又はパドルなど推進を補助する効果が得られる用具

（２）　浮力を得られる用品

（３）　グラブ、ソックス、シュノーケル及びガラス製品

（ウェットスーツの着用）

第６０条　ウェットスーツは安全のために有効であり、着用を推奨する。ただし、別に指定がある場合はこれによる。

２　低水温や不安定な環境が予想されるときは、ウェットスーツの着用を義務付けることがある。この場合においては、競技開始前に公式掲示板等により通知される。

（ウェットスーツ着用基準）

第６１条　ウェットスーツの着用基準は次のとおりとする。

（１）日本選手権及びジャパンカップ　エリート部門

スイム距離	着用禁止水温	着用義務水温	基準制限時間
1500m 以下	20℃以上	18℃以下	1 時間
1501～3000m	23℃以上	20℃以下	1～2 時間

3001～4000m	24℃以上	22℃以下	2～2 時間 30 分

注　日本選手権ジュニア部門では、ＩＴＵに準じ、スイムの距離が 1500m 以下の場合において、水温が 22℃以上のときはウェットスーツの着用を禁止する。ただし、最終決定は大会による。

（２）日本選手権　エイジグループ部門

スイム距離	着用禁止水温	着用義務水温	基準制限時間
1500m 以下	22℃以上	14℃以下	1 時間 10 分
1501～3000m	23℃以上	15℃以下	1 時間 40 分
3001～4000m	24℃以上	16℃以下	2 時間 15 分

（３）その他の大会・部門

スイム距離	着用	着用義務水温	基準制限時間
1500m 以下	推奨	18℃以下	1 時間 10 分
1501～3000m	推奨	20℃以下	1～2 時間
3001～4000m	推奨	22℃以下	2～2 時間 30 分

注　大会規程によりウェットスーツの着用を義務とすることがある。

（ウェットスーツの形状）

第６２条　ウェットスーツの着用が義務付けられている大会及び着用することができる大会においては、次の各号に掲げる条件を満たす形状のものを使用するものとする。

（１）　身体によく合ったサイズであるもの。

（２）　手首及び足首より先を覆わないもの。

（３）　下半身のみを覆う形状でないもの。

（４）　厚さが５mmを超えないもの（各部の厚さはこの範囲内であれば制限を設けない。）

（５）　表面に推進力又は浮力を向上させるような加工が施されていないもの。

（６）　内部に浮力を向上させるものが入っていないもの。

２　頭部を覆うヘッドキャップは、前項の条件を満たすもののみ使用できる。

（特殊ウェア）

第６３条　財団法人日本水泳連盟が競泳での使用を認めているワンピースウェアは使用できる。

第７章　トランジションエリア

（トランジションエリアの定義）

第６４条　トランジションエリアは、次の種目に移るアクセス部分及び競技用具を置いておく場所をいい、コースの一部とする。

２　トランジションエリアの呼称は次のように定義する。

（１）　第１トランジションエリア　スイム（デュアスロンにおいては第１ラン）のフィニッシュライン又は計測ラインから、バイク乗車ラインまでの区域

（２）　第２トランジションエリア　バイクの降車ラインから、ランスタートのラインまでの区域

（３）　共通トランジションエリア　スイム（デュアスロンにおいては第１ラン）のフィニッシュライン又は計測ラインからバイクの乗ライン並びにバイク降車ラインからランスタートまでの区域

（トランジションスペース）

第６５条　トランジションエリア内の競技者のバイクと競技用具の設置及び更衣に想定される最小限の広さを「トランジションスペース」とする。

２　トランジションスペースは、バイク前輪の先端から「１ｍ×５０ｃｍ」を基準とし、前輪の先端から４０ｃｍの場所に競技用具を置き、残り６０ｃｍのスペース内で着替えを行うことを基本とする。

（入出制限）

第６６条　競技者は、競技中を除きトランジションエリアに立ち入るときは、大会スタッフの許可を得なければならない。

２　トランジションエリアの競技用具は、許可があるまで持ち出すことはできない。ただし特別な理由があるときに限り、審判長又は審判責任者の許可を得て持ち出すことができる。

３　トランジションエリア内は、競技中及び競技前後にかかわらず競技者及び許可された大会スタッフ以外の立ち入りを禁止する。ただし、やむをえない理由がある場合に限り、審判長又は審判責任者の許可を得て立ち入ることができる。

（持ち込み禁止・制限品）

第６７条　使用が禁止された用具や競技に直接必要でない物（着替え、バッグ類及び貴重品など）をトランジションエリアに持ち込んではならない。

２　クーラーボックス又は耐寒用ウェアは、必要最小限の大きさであって競技の邪魔にならないことを条件に、事前に審判長又は審判責任者の許可を得て持ち込むことができる。

（バイクの置き方）

第６８条　バイクはトランジションエリア内の指定箇所に置くこととする。

２　バイクラックを使用するときは、サドル部分を掛けることを基本とする。ただし、バイクの構造上サドル部分をかけられない場合及びエリート部門において十分なスペースが確保されている場合はこの限りでない。

（シューズ）

第６９条　トランジションエリアではシューズを履かずに走行してもよい。

２　あらかじめペダルにバイクシューズを付けておくことができる。ただし、バイクスタート直後のコース状況によっては、これを禁止することがある。

（競技中の着替え）

第７０条　種目変更のための着替えは、トランジションエリアの指定箇所又は更衣テントで行うこととし、オープンスペースでみだりに裸になってはならない。

２　スイムからトランジションに向かう際にスイムキャップ、ゴーグル及びウェットスーツなど脱ぐことはできるが、指定の場所に置かなければならない。

（トランジションエリアでのバイク乗車禁止）

第７１条　トランジションエリア内では、バイクの乗車を禁止する。

２　サドルに乗っている状態、バイクにまたがっている状態及びペダルに片足を乗せて走行している状態は乗車している状態とみなす。

（バイク乗車方法）

第７２条　バイクの乗車は、バイク前輪の先端が「乗車ライン」を通過してからすることができる。

２　乗車ラインを通過してからもバイクを押して走ることができ、乗車ラインを越えた直後に乗車しなくてもよい。

（バイク降車方法）

第７３条　バイクの降車は、バイクの前輪の先端が「降車ライン」を通過する前に完了しなければならない。

２　バイクの降車の動作は、ラインの手前（５ｍを基準とする。）から開始し、バイク前輪の先端が降車ラインを通過する前に完了するものとする。

３　降車ゾーン（降車ラインより長さ５ｍ基準のゾーン）が設定されている場合は、降車ゾーン手前から降車を開始し、バイク前輪の先端が、ゾーンを通過する前に降車を完了するものとする。

４　前各項の図解は以下のとおりとする。

［降車ライン、降車ゾーン付近での注意図解］

［降車の状態変化図解］

（ヘルメットの着脱）

第７４条　ヘルメットのストラップは、バイクラックからバイクを外す前にしっかりと締め、バイクフィニッシュ後はバイクラックにバイクを掛けてから、ストラップを外さな

ければならない。

2　ヘルメット着用前にあらかじめストラップをつないでおくことは禁止する。

第８章　バイク（自転車）

第１節　バイク競技共通事項

（バイクコース）

第７５条　バイク競技の距離は乗車ラインから降車ラインまでとする。

２　バイク競技で計測される競技時間は、スイムフィニッシュのラインからランスタートのラインまでに要した時間とし、トランジションエリアにおいて要した時間も含まれる。

３　トランジションにおける時間が別に計測される場合におけるバイク競技で計測される時間は、乗車ラインから降車ラインまでに要した時間とする。

（バイク競技の方法）

第７６条　バイク競技は、バイク乗車を基本に競技するものとする。

２　コースの路面状況、急坂又は機材の故障などの理由によりバイク乗車が難しいときは、降車し、押す、持ち上げ又は担ぐなどの方法により競技を続けることができる。ただし、破損したホイールを外してフィニッシュすることはできない。

（禁止行為）

第７７条　バイク競技中は次に掲げる行為を禁止する。

（１）　バイクコースの逆走（誤ってバイクコースから離脱し、又はコース上に落とした用具を拾うなど正当な理由によりバイクコースを戻らなければならない場合は、バイクから降りて押して戻らなければならない。）

（２）　直に胸などの胴体部分をハンドルバーに接触させつづけて走行するフォーム

（３）　バイクから離れて競技すること。

（安全の確保）

第７８条　徐行・減速・停止などによりいつでも危険を避けることができるよう心がけ、常に注意を怠らないようにするものとする

２　　前方に注意を払うことは競技者の重要な義務である。

（バイクの基本構造）

第７９条　ロードレーサーを基本とし、全長２m以内、幅６０ｃm以内であること。ただし、ＪＴＵ公式大会のエリート部門においては幅５０ｃm以内とする。

２　ハンガーセットの中心と地面の間隔は２４ｃm以上であること。

３　ハンガーセットの中心を通る垂線と前車軸との間隔は５４ｃm以上６５ｃm以下であること。ただし、競技者の体格によっては危険を伴わない程度でこの範囲を超えることができる。

４　ハンガーセットの中心を通る垂線とサドル先端の間隔は、後ろに１５ｃm以内、前５ｃm以内とし、競技中にサドル位置を変更することができるシートピラーの使用はこの範囲内において使用できる。

５　マウンテンバイク・トライアスロンのバイクは前各項にかかわらず、大会規程によるものとする。
６　リカンベント並びに競技者本人の力以外で推進する動力又はアシスト機能を有するバイクは禁止する。

（ホイールとタイヤ）
第８０条　ディスクホィールの前輪への使用は禁止する。
２　ディスクホィールは後輪にのみ使用できる。ただし、競技環境により使用を制限することがある。この場合において、使用の可否は事前に発表されるものとする。
３　前後が異なるサイズのホィールは使用できる。
４　加速を促すようなホイール構造は禁止する。
５　ホィールカバーの使用は禁止する。
５　タイヤはしっかりと装着する。特にチューブラータイヤはリムセメントなどを用いて容易に剥がれないよう接着しなければならない。

（装備の取り付け）
第８１条　バイクに取り付けることができる装備は、スペアタイヤ、空気入れ（インフレーター)、バイクボトル、ボトルケージ及び補給食など必要最小限のものとし、かつ、走行中容易に脱落しないよう取り付けなければならない。

（取り付け禁止装備）
第８２条　次に掲げる装備はバイクに取り付けてはならない。
（１）　空気抵抗を減らすフェアリングなどの風防機能を有する機材（風防機能を有するバイクボトルを含む。）
（２）　装着することによって、バイク競技に支障をきたし又は危険性を伴う装備
（３）　前照灯、リフレクター、ベル、泥除け、スタンドなど競技に無関係な装備。ただし、前照灯、リフレクター及びベルについては一般公道で開催される大会において大会規程により装着義務となることがある。

（ハンドルバーとブレーキ）
第８３条　ハンドル形状は、ドロップハンドルを基本とする。
２　ドロップハンドルは３つのグリップポジション（ハンドル上部、下部及びブレーキブラケットそれぞれの箇所を握るポジションをいう。)をとれない形状もの及び３つのグリップポジションがとれないよう切断したハンドルバーの使用を禁止する。
３　ドロップハンドルを逆向きに取り付けることを禁止する。
４　前輪と後輪に、それぞれハンドル部のブレーキレバーで制御できるブレーキが装着されていなければならない。
５　ハンドルバーにはバーテープを巻き、バーエンドはエンドキャップでしっかりとふさがなければならない。
６　エアロバー（DH バー、クリップオンバー）は使用できる。

７　ブルホーン型ハンドルの使用はドラフティング禁止大会のみ使用できる。
８　フラットバーハンドルの使用は禁止する。ただし、マウンテンバイク・トライアスロン及び初心者向けの大会については大会規程による。
９　ハンドルバーに装着できるものは次のとおりとする。ただし、競技中の危険性を最小限にとどめること、かつ、必要最低限のもののとし、確実に装着するものとする。
（１）　エアロバー及び肘あてパッド
（２）　ブレーキレバー
（３）　ギヤシフトレバー
（４）　サイクルメーター
（５）　バイクボトル
（６）　小物専用バッグ

（サイクルメーター）
第８４条　周回コースで行われる大会においては、大会規程によりサイクルメーターの装着が義務付けられることがある。ただし、装着が義務付けられていない大会であってもサイクルメーターの装着を推奨する。

（小中高校生の競技者のバイク）
第８５条　小学生、中学生及び高校生の競技者のバイクは以下のとおりとする。
（１）　最大ギヤ数（クランク１回転で進む最長距離）は、クランク１回転で進む距離を男子７．９３m、女子７．４０mとする。ただし、高校生であっても日本選手権又はジャパンカップに出場する場合はこの限りではない。
（２）　小学生及び中学生のエアロバーの装着を禁止する。

（競技用具・ヘルメット）
第８６条　バイク競技では、常にバイク競技用の硬質ヘルメットを、その取扱説明書に従い正しく着用していなければならない。
２　着用するバイク競技用硬質ヘルメットは､次に掲げる基準に適合したものを奨励する。
（１）　Snell Memorial Foundation　　スネル記念財団
（２）　American National Standard Institute（ANSI Z90.4）　米国規格協会
（３）　U.S. Consumer Product Safety Commission（16 CFR Part 1203）米国消費者製品安全委員会
（４）　CEN European Standard　（EN1078）　CEN 欧州標準
（５）　The National Swedish Board of Consumer Policy　スウェーデン消費者機構
（６）　財団法人日本自転車競技連盟（JCF）
３　ひび割れ､表面の不良及びストラップの不良などがあるヘルメットの使用は禁止する。
４　ライナータイプは、ヘルメットカバーを取り外すことを禁止する。

（小中学生のヘルメット特別規定）
第８７条　小中学生においても第８５条で規定されるヘルメットの使用するものとする。

ただし、ロードレーサーを使用せず、かつ、ストラップのある構造である場合に限り、バイク競技用以外のヘルメットを使用することができる。

第２節　ドラフティング禁止大会（Draft-illegal Race）

（ドラフティング禁止大会）

第８８条　一般の大会及びロングディスタンスの大会はドラフティング禁止大会（バイク競技におけるドラフティングを禁止する大会をいう。）とする。

（ドラフティングの定義）

第８９条　「ドラフティング」とは、他の競技者又は車両のドラフトゾーンの中に入って走行する行為をいう。

２　他の競技者に対するドラフトゾーンは、前を走るバイクの後輪の最前部を基点として、後方７m、横幅３m（前輪を中心として左右それぞれ１．５m）の範囲とする。

３　車両ドラフトゾーンは、車両の最前部の中心を基点として後方３５m、幅５m（左右それぞれ２．５m）とする。

（キープレフト走行）

第９０条　ドラフティング禁止大会においては（以下、この節において同じ。）「キープレフト」を守り競技を行うものとする。

２　キープレフトとは路肩あるいは競技コース左端から１m以内を基準として走行することである。

３　前項の規定にかかわらず、完全交通規制が敷かれ、コース幅が十分に広いときは、競技コース幅の左端より１／３を基準して走行することができる。

４　バイクコースが全面交通規制で、かつ、一方通行などの特別な条件である場合を除き、道路のセンターラインを越えて走行してはならない。

（減速義務）

第９１条　コーナーや狭いカーブ付近では、センターよりにふくらんでキープレフトを守ることができなくならないように十分減速しなければならない。

２　完全交通規制が敷かれていないコースで競技が行われるときは、特に十分な減速してコース左端を走行するものとする。

（並走の禁止）

第９２条　並走したままバイク競技を行うことは禁止する。ただし、危険回避のためにやむをえないときはこの限りでない。

２　前項ただし書きにより併走したときは、危険が回避された場合直ちに並走を解除しな

ければならない。

（集団走行の禁止）

第９３条　集団走行とは、接近走行と並走が同時に起きる状況であり、ドラフトゾーンを守っていても危険を生じやすいため、ドラフティング禁止大会ではこれを禁止する。

（ドラフトゾーンへの進入）

第９４条　競技者は、他競技者のドラフトゾーンに進入することを禁止する。ただし次の各号に掲げるときは限定的にドラフトゾーンへ進入することができる。

（１）　次条に規定する方法で先行する競技者を追い越すとき。

（２）　危険回避のため一時的にドラフトゾーンに進入するとき。

（３）　エイドステーション付近を通過するとき。

（４）　トランジションエリアの出入り口及び合流地点の付近を通過するとき。

（５）　減速指示又は追い越し禁止の指示がある鋭角ターン及び折り返し地点の付近を通過するとき。

（６）　その他道路幅の減少、工事区間、迂回路など特別指定された地点の付近を通過するとき。

２　前項ただし書きの規定によりドラフトゾーンに進入するときであっても、必要最小限の時間とし、常に周囲を確認して安全確保に努めなければならない。

３　車両ドラフトゾーンへの進入は、危険回避のためにやむをえないときを除き、禁止する。

４　競技者自らドラフトゾーンへ進入しないよう心がけながら競技しなければならない。また、他競技者によりドラフティング走行をされているときは、これを拒否することができる。

（追い越し）

第９５条　追い越しを試みているときは、各部門とも１５秒以内に限って他の競技者のドラフトゾーンに進入できる。

２　「追い越しを試みている」ときは、追い越す気持ちをもって「前進」していなければならない。そのため、ドラフトゾーン内では、前走の競技者と同一スピードを保ったままで走行してはならない。

３　先行する競技者が、追い越しをしようとしている競技者のバイク前輪の最前部が前方に出たときに「追い越された」と見なされる。

４　追い越された競技者は１５秒以内に追い越した競技者の前輪の最前部より７m以上後方に下がってドラフトゾーンから脱しなければならない。

５　追い越された競技者は、前項の方法により一度追い越した競技者のドラフトゾーンから脱する前に抜き返してはならない。

６　追い越した競技者は、追い越すときのスピードを持続させ、追い越された競技者を十分に引き離し、緩やかに車線を変更してキープレフト走行に入るものとする。

７　追い越しをしようとする競技者が、１５秒以内に先行する競技者を追い越すことがで

きないときは、このドラフトゾーンに進入できる時間（１５秒）以内に先行する競技者の前輪の最前部より後方に７m以上下がってドラフトゾーンから脱しなければならない。

８　先行する競技者が連なって走行している状態のときに追い越す場合、これらの競技者が互いにドラフトゾーンを守っている場合であっても一気に追い越すこととし、列の中に進入したときにおいて前方を走行する競技者のドラフトゾーンに進入すること又は後方を走行する競技者が追い越した競技者のドラフトゾーンより後方に位置しない場合はブロッキングとみなし禁止する。

９　追い越しの手順のイメージ図は次のとおりとする。

□追い越しを試みるＢは車線を変更し、一気に追い越す。その後、徐々にキープレフト走行に入る。

□Ａはキープレフトを守り、追い越されたら、加速してはならない。

（追い越しの注意義務）

第９６条　追い越すときは、前方及び後方を確認してから前方の競技者の右側から追い越すものとする。

２　道路が完全規制された一方通行であるコースを除き、センターラインからはみ出して追い越しをしてはならない。

３　Ｕターン地点、急カーブ、視界が悪い区間及びコース幅が狭い区間などの危険箇所では、追い越しを行ってはならない。ただし、当該区間を徐行している競技者がいる場合は、十分に安全に注意しながら追い越すことができる。

（追い越しの奨励事項）

第９７条　追い越しに関しては次の各号に定める方法をとることを推奨する。

（１）　前方競技者に、一声かけて追い越す旨の注意を促すこと。

（２）　後続の競技者には、右手を軽く挙げ、追い越し車線に入る合図をすること。

（３）　他の競技者を追い越し、十分前方に出たのち、左手で合図し、キープレフトに入ることを示すこと。

（追い越し時の特例）

第９８条　センター寄りに走行する他競技者を追い越そうとする場合、追い越そうとする競技者より当該競技者にキープレフトを行うようを口頭で伝えることができる。

２　前項によりキープレフトを促しても前方を走行する競技者がセンターより走行を続けているときは、前方競技者の動きよりその左側を安全かつ速やかに追い抜くことができることを確認できた場合に限り、左側からの追い越しを容認する。

第３節　ドラフティング大会（Drafting Race）

（ドラフティングの開催）

第９９条　ドラフティング大会（バイク競技におけるドラフティングが認められる大会をいう。）の開催は、ＪＴＵが承認した大会に限定する。

２　ドラフティング大会であっても、車両ドラフトゾーンへの進入は、危険回避のためにやむをえないときを除き、禁止する。

（安全走行義務）

第１００条　ドラフティング大会において競技者は、周辺状況を把握し、他競技者の動きを予想しながら競技を行う。

２　エアロバーは緊急時にブレーキかけることができるようにすることを想定しながら使用する。

３　先頭を走る競技者以外の競技者は、ブレーキレバーに手指の届く位置をグリップして走行することを推奨する。

（競技精神と安全の認識）

第１０１条　ドラフティング走行では、先頭交代が競技者同士の奨励事項である。

２　接近走行中の視線は、前方競技者のさらに前方に置くことが基本である。

（禁止行為）

第１０２条　ドラフティング走行では次に掲げる行為を禁止する。

（１）　他競技者のバイクや身体への意図的な接触及び接触の可能性のある走行

（２）　幅寄せ、斜行、急な車線変更及び不必要なブレーキング

（３）　コーナーで先行する競技者の優先コースに入ること。

（４）　後続の競技者の走行車線を想定しないで、むやみにコーナーの内側又は外側に寄った走行をすること。

（周回コースでの周回遅れ）

第１０３条　ドラフティング大会における周回コースでの周回遅れは､コースアウトとし､審判員の指示に従ってコース左端に寄り競技を停止する。この場合において、記録は未完走（ＤＮＦ）とする。

２　前項の規定にかかわらず、周回遅れでも競技続行が認められるときは、追い越した競技者に影響を与えないように注意しながら競技を続けることができる。この場合において、追い越された競技者が追い越した競技者の前に出ることはできない。

（エアロバー）

第１０４条　ドラフティング大会におけるエアロバーの装着は、次の各号に掲げる条件を満たさなければならない。

（１）　エアロバーの先端は、前輪ハブ軸より１５ｃｍ以上、前に出てはならない。
（図Ａ）

（２）　エアロバーの先端は、左右のブレーキレバーの最前部を結ぶ直線より前に出てはならない。
（図Ｂ）

（３）　エアロバーの先端部分が前方に向いている場合は、先端を連結しなければない。
（図Ｃ）

（４）　エアロバーの先端部分にシフトレバーなど突起したパーツを装着してはならない。

第９章　ラン（ランニング）

（ラン競技の方法）

第１０５条　ラン競技は、競技者自身の走行により行う。

２　危険回避や体調保全のために、徐行又は歩行することができる。

（ランコース）

第１０６条　ラン競技コースは、ランスタートのラインから総合フィニッシュのラインまでとする。

２　ラン競技で計測される競技時間は、ランスタートのラインから総合フィニッシュのラインまでの時間とする。

（フィニッシュ）

第１０７条　フィニッシュは、競技者の胴体の一部（頭、首、肩、腕及び足は含まれない。）がフィニッシュライン上に達した瞬間とする。

２　競技者は、単独でフィニッシュラインを走り抜くものとする。

３　選手権やエリート部門では、意図的あるいは不自然な同着を禁止する。

４　一般部門においても、着順の決定は競技としての重要な要素であり、着順を明確にすることが求められる。

５　総合フィニッシュの直前では、本人確認のために帽子及びサングラスを外すことを奨励する。

（コース再進入の禁止）

第１０８条　総合フィニッシュ後に、再度コースに入ること及び再度フィニッシュすることを禁止する。

（同伴フィニッシュ）

第１０９条　選手権部門以外において、次の各号が満たされ、かつ、所轄競技団体が認めた場合に限り、同伴フィニッシュを許可する。

（１）　事前に同伴フィニッシュを許可する旨の公表がされていること。

（２）　他の競技者へ影響を与えない範囲内であること。

（３）　大会スタッフの指示に従うこと。

２　大会により、規定時間が経過した後に認めることがある。

４　競技者は、自主的な判断により、同伴フィニッシュにより大会の運営に支障を来たさないよう、状況に応じたスムーズな競技運営に協力する。

５　同伴フィニッシュにより生じた時間、順位の後退などについては了承しなければならない。

（同伴者の規定）

第１１０条　事前に設定された「同伴者用ゲート（フィニッシュラインから５０m以内に設置されることを基準とする。）」から大会スタッフの指示に従い、コースに入るものとする。

２　複数の競技者が競い合っているときはコースに入ることが制限されることがある。この場合においては、コース外からの応援とする。

３　同伴者は、若干名（１～２名程度）とする。

４　同伴者がコース内に持ち込める旗などはスポンサー表示のない最小限（１３０ｃｍ×９０ｃm以内）とする。

５　大会に出場した競技者の同伴は認めない。

（物品の手渡しや持ち込み）

第１１１条　同半フィニッシュのときに旗や花束を競技者に手渡すときは、同伴者用ゲートよりコースに入ってから行うものとし、かつ、大会スタッフの指示に従い行う。

２　同半フィニッシュの際に、飲食物及びペット類の持ち込みや手渡しを禁止する。

第１０章　罰則（ペナルティ）

（罰則の適用）

第１１２条　この規則の適正な運用を担保するため、この規則に違反し、又はこの規則に基づく大会スタッフの指示に従わない競技者には、違反の程度に応じて罰則が科せられる。

２　違反の情状に酌量すべきものがあるときは、その罰則を減免することができる。

３　罰則の適用は審判長又は審判員によって宣告される。ただし、その最終権限及び責任は審判長が負う。

４　罰則が適用されたときは、公式掲示板及び結果（リザルト）にその旨掲示される。
５　審判長は、罰則の適用を行ったときは遅滞なく加盟団体を通じＪＴＵに報告しなければならない。
６　すべての罰則の適用に際し、事前に注意が与えられることを条件としない。
７　競技者は、この規則に基づくことなく、いかなる罰則も科せられない。ただし、大会規程により事前に示される場合はそれによる。

（罰則の種類）
第１１３条　罰則の種類は、指導、タイムペナルティ（略称：ＴＰ）（ストップ・アンド・ゴー（略称：ＳＧ）を含む。）、失格（略称：ＤＱ）、資格停止及び追放とする。
２　罰則の軽重は、前条の順に軽い罰から重い罰とする。

（指導）
第１１４条　指導は、違反によって競技上の大きなアドバンテージ又は順位の変動が得られない行為及び言動であって、タイムペナルティ以上の重い罰則を適用することが適当でない軽微な違反に対して科せられる。

（指導の手順）
第１１５条　指導を科す必要がある違反が行われた場合、その競技者に対し、審判員よりできる限りレースナンバーを告げるとともに、イエローカード、ホィッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことを示すものとする。ただし、これらが行われることを必須条件としない。
２　指導は、違反の内容の説明及びその改善を求めるものとする。
３　指導を受けた競技者は、前項による改善に応じることにより、より重い罰則を適用されない。

（タイムペナルティ及びストップ・アンド・ゴー）
第１１６条　タイムペナルティ及びストップ・アンド・ゴーは、違反によって競技上の大きなアドバンテージ又は順位の変動が得られる行為（可能性がある行為を含む。）、危険行為及び重大なマナー違反に対し、一つの違反ごとに、状況に応じ、いずれかが科せられる。
２　一つの大会において、前項に掲げる違反行為等が複数回繰り返された場合においては、より重い罰則が科されることがある。

（タイムペナルティの手順）
第１１７条　タイムペナルティを科す必要がある違反が行われた場合、審判員よりその競技者に対し、できる限りレースナンバーを告げるとともに、イエローカード、ホィッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことを示すものとする。ただし、これらが行われることを必須条件としない。
２　タイムペナルティの時間は事前に示されるものとする。ただし、事前に示されていな

い場合は一回の違反に対し 30 秒を基準とし、違反の程度に応じて加算するものとする。この場合において、違反の内容に対して著しく過大なタイムペナルティを科すことがないよう十分留意するものとする。

（ストップ・アンド・ゴーの手順）

第１１８条　ストップ・アンド・ゴーを科す必要がある違反があった場合、審判員よりその競技者に対し、レースナンバー及び「ストップ」又は「止まってください」など、この規則が適用されることを宣告するとともに、イエローカード、ホィッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことが示される。

２　前項に掲げる宣告があった競技者は、周囲の安全に注意しながら直ちにコースの左端又は競技に支障を来たさない場所に寄って一旦停止し、審判員の指示に従って競技を再開しなければならない。この場合において要した時間は、競技の時間に加算される。

３　バイク競技中に第１項の宣告があった競技者は、次の各号に掲げる順に行動をとらなければならない。

（１）　周囲の安全に気を配りながら速やかにコースの左端に寄って停車する。

（２）　バイクから降車し、バイクの横に両足で立ち、両輪が地面から同時に離れるように持ち上げる。

（３）　審判員の「ゴー」又は「行ってください」などの合図を受けてから競技を再開する。

（失格）

第１１９条　失格は、故意によって行われた悪質な違反及び著しく重大なマナー違反に対して科せられる。

（失格の手順）

第１２０条　失格を科す必要がある違反が行われた場合、審判員よりその競技者に対し、できる限りレースナンバーを告げるとともに、レッドーカード、赤旗、ホィッスル又はホーンなどを用い違反行為があったことを示すものとする。ただし、これらが行われることを必須条件としない。

２　競技中に失格の宣告を受けた競技者は、周囲の安全に注意しながら速やかにコースの左端又は競技に支障を来たさない場所に寄って競技を停止して審判員の指示に従わなければならない。

３　失格の宣告を受けた場合であっても、審判員の指示に従って競技を再開し、競技終了後に審判長の裁定を受けることができる。ただし、当該競技者が競技を再開することにより大会運営に支障を来たすと審判員が認めるときに限り競技を再開することができない。

４　失格の裁定は、競技終了後、審判長により失格の裁定が出されるまで確定しない。ただし、当該違反に対して上訴が行われた場合は、上訴委員会の裁定が出されるまで確定しない。

（資格停止）

第１２１条　失格に相当する違反を繰り返し行ったとき及びドーピング違反を行ったときは、３ヶ月以上４年未満の資格停止を科せられる。

２　資格停止期間中はＩＴＵ、ＪＴＵ及び加盟団体の公式大会に出場することはできない。

３　資格停止の期間はＪＴＵ理事会において決定される。

（追放）

第１２２条　次の各号に掲げる行為を行ったときは追放とする。

（１）　ドーピング違反を２回以上行ったとき。

（２）　暴行など極めて悪質な行為を行ったとき。

２　追放された者はＩＴＵ、ＪＴＵ及び加盟団体の公式大会に出場することができない。

３　追放はＪＴＵ総会において決定される。

４　追放後の復権はＪＴＵ総会において決定される。

第１１章　オフィシャル

（オフィシャル）

第１２３条　オフィシャルは、この規則に則って大会を運営する義務を負う。

２　大会においては次に掲げるオフィシャルを置くものとする。

（１）　技術代表（テクニカル・デリゲート（略称：ＴＤ））　この規則及びその他競技の実施に関する規則に則って大会が開催されていることを保証する責務を負う。

（２）　審判長（レース・レフェリー（略称：ＲＲ））　審判員を指揮し、この規則に対する違反の最終的な判定を行う権限を有する。

（３）　チーフ・テクニカル・オフィシャル（略称：ＣＴＯ）　審判員の職務の割当及び監督を行う。

（４）　審判員（レース・オフィシャル（又はマーシャル）　コース、エイドステーション及びホィール・ストップに配置され、与えられた権限の下にこの規則に則って大会を運営する責務を負う。

（５）　陪審委員会（コンペティション・ジューリー）　抗議に対する裁定を行う。

３　審判長、チーフ・テクニカル・オフィシャル及び審判員は、ＪＴＵ公認審判員の認定を受けており、かつ、その認定が有効な者以外がその職務に従事することはできない。

（陪審委員会）

第１２４条　陪審委員会は以下の３人が当たる。ただし、ＩＴＵ主催大会においてはＩＴＵの規定による。

（１）　ＪＴＵ主催大会においてはＪＴＵ理事、それ以外の大会においては所轄加盟団体の理事

（２）　主催者代表

（３）　技術代表

２　前項に掲げる者が陪審委員となることが困難な場合は、ＪＴＵ主催大会においてはＪ

ＴＵ理事会、その他の場合においては所轄加盟団体の理事会の承認を得て他のものが陪審委員となることができる。ただし審判長が陪審委員となることはできない。

第１２章　抗議（プロテスト）

（抗議）

第１２５条　審判長の判定、競技環境及び他の競技者並びに大会スタッフの言動に不服があるときは抗議をすることができる。

２　自らの言動がこの規則に違反していると認めた場合、自己申告することを推奨する。

（制限事項）

第１２６条　次の各号に掲げる判定（ジャッジメント･コール）に対する抗議は受け入れられない。

（１）　ドラフティング

（２）　ブロッキング

（３）　暴言などスポーツマン精神に反する言動

（抗議の手続）

第１２７条　抗議の申請は競技者本人又は代理人が陪審委員会に対して行う。

２　抗議は口頭で行うことができる。ただし、陪審委員会が特に必要と認めた場合は書面により抗議を行うものとする。

３　抗議を受理したときは、できる限り速やかに抗議内容を陪審委員会で協議し、裁定を行う。ただし、速やかに裁定を行うことが困難な場合は裁定が遅延する旨回答することを可とする。

４　陪審委員会は､必要に応じ講義内容に関係する者に対し事情聴取を行うことができる。

（抗議の期限）

第１２８条　抗議は、次の各号に掲げる期限までに行わなければならない。

（１）　コースに関する抗議：競技開始２４時間前まで

（２）　競技中に審判員から受けた判定若しくは言動又は他の競技者の言動に対する抗議：抗議者のフィニッシュ後６０分以内

（３）　他の競技者の協議用具に関する抗議：抗議者のフィニッシュ後３０分以内

（４）　記録及び計時に関する抗議：記録が掲示されてから３０分以内。ただし、記録の発表が後日行われた場合は、記録を受け取った日から１４日以内

第１３章　上訴（アピール）

（上訴）

第１２９条　競技者又は審判長は、陪審委員会の裁定に不服があるときは抗議をすることができる。

（制限事項）

第１３０条　次の各号に掲げる判定（ジャッジメント･コール）に対する上訴は受け入れられない。

（１）　ドラフティング

（２）　ブロッキング

（３）　暴言などスポーツマン精神に反する言動

（上訴手続）

第１２７条　上訴の申請は、競技者本人若しくは代理人又は審判長が、ＪＴＵ主催大会にあってはＪＴＵ理事会に、その他の大会にあっては所轄加盟団体に対して行う。ただしＩＴＵ主催大会にあってはＩＴＵの規則による。

２　上訴の申請は、裁定のあった日から１４日以内に、預託金を添えて上訴申立書を提出しなければならない。

３　上訴委員会は申請のあった理事会によって構成する。

３　上訴委員会は、上訴内容が合理的であると認められた場合は聴聞を開催する。

４　聴聞の開催日時は事前に発表される。

５　聴聞は非公開とする。

６　当事者は、自ら事実関係を証明しなければならない。

７　当事者の一方又は双方が、正当な理由なく欠席した場合には、欠席のまま聴聞を開催することができる。ただし、当事者の双方が欠席した場合には、その期日をもって審理を結審することはできない。

８　当事者の一方が欠席した場合には、出席した当事者の主張と立証に基づいて審理を進めることができる。

９　聴聞は当事者及び代理人のほか、証人及び参考人等、上訴委員会が必要と認める者のみが参加できる。

１０　裁定は上訴委員会の過半数をもって決定する。

（上訴申立書）

第１２８条　上訴申立書は次に掲げる項目について記載したものを提出する。ただし、上訴申立書に記載することが困難又は不合理なものについては当該項目を省略することができる。

（１）　上訴申立人の氏名（署名又は捺印)、レースナンバー（上訴申立人が審判長の場合はその旨記載)、住所、電話番号

（２）　代理人を置く場合は、代理人の氏名（署名又は捺印)、住所、電話番号

（３）　違反の概要及び根拠条文

（４）　違反の対象となる競技者及びレースナンバー

（５）　現場の目撃者名及び連絡先

（６）　その他、上訴内容を説明するために必要な事項

（預託金）

第１２９条　預託金は５千円とする。

２　上訴委員会によって上訴内容が合理的であると認められた場合、預託金は返還される。

３　上訴委員会によって上訴内容が合理的でないと認められた場合、預託金は没収される。この場合においては、理由を付して上訴申立人に回答しなければならない。

（上部団体への上訴）

第１３０条　所轄加盟団体における上訴委員会の裁定に不服があるときはＪＴＵ理事会に上訴することができる。

２　前項の上訴は第１３０条から１２９条の規定を準用する。

第１４章　仲裁

（仲裁）

第１３１条　ＪＴＵ及び加盟団体が開催した大会又はその運営に関して行った決定に対する不服申立ては、日本スポーツ仲裁機構の「スポーツ仲裁規則」に従って行う仲裁により解決されるものとする。